般若波罗蜜多心经 · 浅释

- 第一课 穿越千年与智者的对话
  - 1. 本经缘起
  - 2. 译者与本经的"对话" 了解这部经的特点
  - 3. 聆听智者，让心与光明同在 我们从本经中获得什么？
- 第二课 物与心的本质究竟如何
  - 1. 心经的当机者
  - 2. 物心：实、虚、空？ 探求物和心的本性
- 第三课 空有不千惑
  - 1. 拘句破，阐明色空互别
  - 2. 引申当下，启发自心
- 第四课 空到底为何物？
  - 1. 二元对立皆非实相
  - 2. 受想的本性与名言中运作
  - 3. 引申当下，启发自心
- 第五课 见闻觉知的虚妄
  - 1. 观根中见闻觉知的运作方式 善守根门，净言不可得
  - 2. 实相中无见是最殊胜的见
  - 3. 引申当下，启发自心 体会眼见耳闻非实
- 第六课
- 第七课
- 第八课
- 第九课

第五课 见闻觉知的虚妄

见见何所见，不见亦非见，
见见何所解，不见亦非解。
——龙树菩萨《般若赞》

本课主题的来由

- 我们对事物的判断，取决于自己的见闻觉知，由此产生概念、沟通
- 分析"见闻觉知"的运作模式和虚妄，进一步了解自己
- 目的：遇事不分别，不执著

十门分别

分1级	对应原文	基础篇	要点概述
第一 前八等门	观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时	基	心经的当机者（当以智慧的交流）
第二 了解法义	照见五蕴皆空，度一切苦厄		了知五蕴皆空，获离苦
第三 空性一体	舍利子，色不异空，空不异色，色即是空，空即是色，受想行识，亦复如是		说明心空
第四	舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减		
第五 十二处门	是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法	道	破十二处
第六 十八界门	无眼界，乃至无意识界		破十八界：六根、六尘、六识
第七 三乘智	无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽。无苦集灭道，无智亦无得		
第八	以无所得故，菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍	果	
第九	故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒		
第十	即说咒曰		（第一部分、第二部分）

一、观根中见闻觉知的运作方式 善守根门，净言不可得

经文：无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界。

释义：眼、耳、鼻、舌、身、意六根与色、声、香、味、触、法六境，以及十八界亦不存在。

（一）认识"十二处"、"十八界"

- 十二处
  - 【处】产生心与心所之门
  - 从眼至意之间的内六处是能取，色至法之间的外六处是所取，通过能取、所取的途径而产生心与心所。——《智者入门论》
- 十八界
  - 【界】种类或种子
  - 界可理解为法，即种子、种类。

		十八界		
眼界	能取色法的眼根	六根	以识蕴摄受	内界：为众生相续所摄
耳界	能取声法的耳根			
鼻界	能取香法的鼻根			
舌界	能取味法的舌根			
身界	能取触法的身根			
意界	心法			
色界	眼根所取的对境：如颜色	六境（六尘）	以色蕴摄受	外界：不为众生相续所摄
声界	耳根所取的对境：如声音			
香界	鼻根所取的对境：如香气			
味界	舌根所取的对境：如味道			
触界	身根所取的对境：如触感			
法界	意根所取的对境：如概念		受、想、行三蕴，无表色和无为法	
眼识界	依靠"六根"对于六境生起的见、闻、嗅、尝、触、想念等作用	六识	以识蕴摄受	内界：为众生相续所摄
耳识界				
鼻识界				
舌识界				
身识界				
意识界				

- 安立不同识的原因
  - 识实为一体不同侧面，因为名言作用不同，故从不同角度阐述
  - 入胎自体不可分定……唯一无二，能令众生根种身中生……（《戒律宝论》）
  - 心：集起义，有时称为心
  - 意：思量义，有时称为意
  - 识：了别义，有时称为识
- 根境识的关系
  - 六根 → 产生 → 六识 → 缘取 → 六境
  - 所依、能依、所取
  - 前五识：无分别，只取境
  - 第六意识：有分别，作意分别

- 简述
  - 问：为何要分十二处与十八界
  - 为了分析受想行三蕴，为了遣除执着色为一体的我
  - 为了遣除执着色为整体的愚痴而说十二处……七心界

（二）认知方式的虚妄

- 如此思维的结果：离不出二元对立
  - 根据如理具明目，分别假合现显在言语，自证诸相众生之理，无为指示二元对立。（《量理宝藏论》）
- 名词概念介绍
  - 1）无分别心与分别心（取不共的）
  - 2）自相与共相
    - 自相：独自个别的体相，与其他诸法不共，皆具个性
    - 共相：与自相相对，不圆融任何事物，但从共相可以用与他法共通的概念……（《量理宝藏论》）
- 分别识
  - 1. 分别心所取之境：法界（非实相"法界"）
    - 【法界】：受、想、行三蕴；无表色、无为法；一切无为法：扶择灭、非择灭、虚空

五境		在无法中包括
色蕴（法相：地相）	受	内：如内心的苦乐、喜乐、忧心
	乐	内：如身体的舒适
	舍	内：如内心的快乐、满足
	受	不苦不乐的感受
想蕴（法相：取相）	有相想，无相想，狭小想，广大想，无量想，无所有想	如眼前见到红色的花，心中想"红色花很好看"
		如思心：信心、嗔心、傲慢等
行蕴（法相：造作）	心相应行	如不信心：信心、嗔心、傲慢等
	不相应行	如得、命根、同分、生、老、住、无常、名身、句身、文身、异生性、方、时、数、和合、流转、次第、定异、相应、势速，是不相应行的种种概念

  - 2. 分别心取境的方式
    - 各分别只是念执，共自性为由自相取，是分别心所取也是如此
    - 分别心取境的方式：遣余
      - 即以否定或遣除诸法的方式，来确定所执取对象的行相，但所遣除的对象是事物相之外的，遣余之的方式来执取外境的。
  - 3. 分别心的执着：
    - 总体执为一体
      - 原因：《量理宝藏论》：作用法相同一体
    - 一体执为总体
      - 原因：《量理宝藏论》：如识分别续现，外境续现，而是一总体
    - 一体执为一体
      - 如见一个瓶子执为一个瓶子
    - 总体执为总体
      - 如见好多瓶子，则说是瓶子以外的总法
  - 4. 总结：分别心的虚妄
    - 遣余只是分别念假立的，除了心中的概念以外根本没有真实的对境或外境对境
    - 分别念什么都没有见到，故是虚妄。
- 无分别心
  - 五种无分别识：眼耳鼻舌身识
    - 取境方式：以显现取
      - 无分别识直接显现，还能分别心执着不可改；还能取其他不可改。（《量理宝藏论》）
      - 以显现的方式来取境对境：对境如何浮现出来就如何取，识则已经完成了显现的自相，而是执取对象。
      - 所谓的缘取对境，实际上是无分别识才产生了其它的所取相的行相在中心显现

无分别识	所缘取之境		
眼识	色法	显色	根本显色：蓝、黄、白、红
		形色	支分显色：如云、烟、尘、雾、影、光、明、暗、长、短、方、圆、高、下、正、不正
耳识	声法	有执受大种声	有记别声：悦耳声：如唱诵声；刺耳声：如诟骂声
			无记别声：悦耳声：小孩发出的声声；刺耳声：拳头打击声
		无执受大种声	有记别声：悦耳声：幻人传法声；刺耳声：幻人诟骂声
			无记别声：悦耳声：鼓乐声；刺耳声：岩塌声
鼻识	香法	好香、恶香、平等香、不平等香	
舌识	味法	甘、酸、咸、辛、苦、淡	
身识	触法	四大种：地、水、火、风，所造触：滑、涩、重、轻、冷、饥、渴	

- 无分别识的范围
  - 根据研究资料显示，人类听力正常的范围
  - 约在20Hz~20000Hz之间，人耳能听到的声音在20次到20000次每秒之间，每秒振动20000次以上的是超声
- 分别心的运作方式
  - 对境显现 → 无分别识取自相 → 分别心 → 第六意识 → 共相
- 对境取相
  - 对境：春天花开
  - 反应："快看，春天来了，花都开了……"
- 起分别
  - 首先无分别识缘取对境 → 第六意识分别（分别心）
  - 色、声、香、温度、微风 → 眼识、耳识、鼻识、身识
  - 首先：无分别识、分别识 → 没有概念"春天"、"花开"、"美"的概念
  - 语言分别：名称等
    - 遣余：非春天 / 非花开 / 非美景
  - 自相显现等…… 自相：外在的色声香味触；共相：分别的概念
  - 名言聚合 心中的概念为执为一
  - 得出"春天花开真美"的概念 → 执为一法而沟通表达
- 遣余：以否定与自己所缘相违之分别念的境方式来确定对境的方式
  - "言诠现在真实前现，自为显本法之所……"（《量理宝藏论》）

（三）无分别识的虚妄

- 从两个角度分析所见只是心的影像
  - 1. 假设外境存在
    - 前提：假设外境存在，分析承许外境存在的理由——"生似决定理"
    - 【生】由于和眼识同时生起了所缘相
    - 【似】由于心形显现的面目与所缘相的面目相同，故承认外境的形象存在
    - 【决定】以具有"生"和"似"两条理由，决定不是自己显现出的所缘相，而是作为外境缘取……
  - 2. 假设外境不存在
    - 前提：假设外境不存在
    - 1）理证一：晴昼国
      - 有法：外境
      - 因：有业识心，明知的法（外境可以被感知）
      - 同品：外境是心的自性
    - 2）理证二：俱缘定因
      - 有法：外境
      - 立宗：外境和心识同时存在，故外境为识，没有外境缘取……
      - 同品：外境是心的自性
  - 我们在看电视时，其实都是……
  - 在乘坐火车时……日本德复大神经研究所

- 总结
  - 无分别识的虚妄
    - 所以无分别识也无法得到任何真实外境
  - 眼睛
    - 仅为已知"所知"中的一小部分
  - 虚妄
    - 有外境！
    - 外境 → 眼识 → 外境在心中的影像 → 识无分别
    - 仅是内在显现在……
    - 仅是为遍某个事人面识是……：自由自在
  - 佛陀在世前有时会把未来入、现在、过去及时间……如果"有"则不会是本来性的事物本来
  - 《俱舍论》观点：眼根识三聚知
    - 1. 眼识称为见
    - 2. 耳识称为闻，请如知说的耳闻目睹
    - 3. 鼻舌身三识为觉（鼻舌身三者不同，和外境直接联系，因此称为觉受）
    - 4. 意识为知，即意识清楚是了知

二、实相中无见是最殊胜的见 即无相般若

- 根境识为空
  - 经文：【无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界。】
  - 【无】否定词，实相中无根境识
- 观察方法：依靠教义理论观察
  - 1. 首先，破外境
    - 逐破思路
    - 观察粗分可分 → 成立极微无分 → 破极微
    - 1）观察粗分可分：以手机为例
      - 把整体的手机拆分后得到外壳、屏幕、芯片等，在任何一个组成部分中找不到"手机"这个色法
      - 继续分析，每个部分又是由各个部分组成，例如拆分芯片得到细小的零件，零件中没有"芯片"，也找不到"手机"
      - 则得出，总体的手机是可分的，不可得的，故粗大法不存在，只是一个假相。
    - 2）成立极微无分
      - 最终分到无分，因为凡是可分，都是多分假合的缘故，不是实法。因此，落到色法极限的时候，一定是无分的状态，组成色法的最小单位安立为"无分微尘"
    - 3）破极微：六尘环中尘

    - 观察方法
      - 六尘与中尘接触能否组成粗大法
        - 1 部分接触

          - 六个方位中有一部分接触了，还有一部分没有接触。如图所示，就会有B面和C面接触，但A面和D面不接触。失坏了其不可分的体性。
          - 结论：部分接触无法产生粗大法
        - 2 全分接触
          - 六尘融在中尘里，由于没有间隔、空隙，所有的微尘都全部融在一起，则世界就是只有一个微尘。
          - 结论：六尘与中尘接触不能组成粗大法
      - 六尘和中尘不接触能否组成粗大法

        - 两个微尘之间可以不断的加入无量微尘，一直加一直加无有穷尽，甚至两个微尘间可以放下一个须弥山。
        - 结论：六尘与中尘不接触不能组成粗大法
      - 结论：
        - "无分微尘"无法构成粗大法，外境的色法不存在，只不过是心前的假相。
  - 2. 其次，破根法
    - 眼等皆大造，何眼见非余，
      故业果难思，牟尼真实说。
      ——《中观四百论》
    - 五根之因若都是四大种，则应该无差别，为何只有眼才能见诸色法？其他根都不能见呢？应成所有五根同样都能见、能闻、能嗅、能尝、能觉。所以，眼等五根仅仅是不作真实观察时的名言安立，并不真正在胜义中成立。因此，不能执为具有真实之义。
    - 在名言中，眼等根是往昔业所成熟的异熟果。但这深奥难思的业果，唯有佛才能作真实宣说。
  - 3. 最后，破内识
    - 智缘未有故，智非在见先，
      居后智唐捐，同时见无用。
      ——《中观四百论》
    - 运用理论：破有无生因（观察眼根见与眼识的知产生的时间先后顺序）
      - 1）识前根后不合理：眼根见色之前，因为缺少了增上缘（眼根），因此眼识不可能产生
      - 2）根前识后不合理：若眼根见到色之后，才产生知色的眼识（在名言中根境就是这样和合，产生了识）。但胜义观察，既然眼根已经见了色境，眼识的产生则无意义
      - 3）根识同时：如果承许根识同时产生，则根的生识作用应成无意义
  - 结论：
    - 根生识的过程，总共有这三种可能性。而经过观察，根、识之间都不可能形成因果关系，因此也就不可能以识来证明根的存在。
- 为何要破十八界
  - 执十八界而生诸烦恼
  - 由此趣入三解脱门
  - 言无我者，略有二种：一、补特伽罗无我。二、法无我。
    一、言补特伽罗者，此地正翻名数取趣，于六趣中，数数往还，名数取趣，虽复往来，都无我人，故名无我。
    二、法无我者。谓蕴、界、处等，名之为法，此无人故名无我。此则第二答后问讫。
    ——《大乘百法明门论疏》
- 破十八界
  - 一切法空 → 归摄为二无我 → 十八界空，即是法无我
  - 人我——间接所缘：五蕴身心；直接所缘：第六意识前的我「概念」，故破五蕴就是破我
  - 破五蕴 → 五蕴多体、无常、无自性 → 与我独一无二、恒常相悖 → 我不存在，我执亦不存在
  - 问曰。欲作何观行。得勉此贪嗔痴烦恼。
    答曰。行者若能证心。向内返照。
    · 诸根体性不可得。即名空门。
    · 诸尘是虚妄。
    · 即是识无生灭。即无愿门。
    三处无无有。即名三空门。三处不被系缚故。并名三解脱门。
    ——《般若心经疏》

三、引申当下，启发自心 体会眼见耳闻非实

- 一、静坐观修
  - 调整身语意
  - 场景模拟
    - · 进到家门看见家里（包括佛堂）一团乱
    - · 这个时候有人说："家里都乱成这样了还不收拾？"
    - · 此时，自己马上就要发火……
  - 观空性
    - 第一步：了知虚妄
      - 在马上要发火争吵的当下停下来，观察自己分别念和无分别念的错乱
        - 无分别的耳识直接缘取了对方的声音，并没有得到"对方嫌弃"的概念，火从何发？
        - 第六意识分别念只是把自相（声音）和分别的概念（总相）混为一体，然后将对方的人和声音执着为一，得到了只是一个"他说这话是嫌弃"的概念而已，但并没有真正取到对方的声音，发火意义何在？
      - 结论：我是被自己的分别念和无分别念的错乱迷惑了。
    - 第二步：了知空性
      - 外境为空：声音是空、对方是空
      - 发火的心也是缘起生，是空性的，无住处
      - 结论：内外都只是依仗因缘而起现的显现而已，是虚幻的假相罢了，既为假相，何苦执着？
    - 第三步：双运
      - 声音、人、我都是仗缘而显现，显现的当下当体即空，也正是应为空性才有了这般显现
    - 第四步：离戏
      - 声音和听到声音的耳识，以及分别声音的分别心，当下与空无二
    - 第五步：等性
      - 继续安住，试着体悟万法世俗和胜义无二无别大平等
  - 后得观修如梦如幻
    - 乱的原因如梦如幻：概念中对"乱"的定义不同：对方觉得乱但自己并不觉得乱，不是唯一确定的，故虚妄如幻
    - 发火的结果如梦如幻
- 二、日常运用
  - 练习：买衣服争论好看或不好看
    - 第一步：根境识和合见到了眼前的衣服，是无分别识缘取的
    - 第二步：好看或不好看只是分别心前的概念
    - 第三步：衣服、根境识、分别心都是空，亦是如梦如幻，放下贪执、避免争论和评判